

¿Cómo podemos prevenir la sinusitis?

Estamos en temporada de frío y en la que nos cogemos muchísimos catarros. Si no nos cuidamos bien a veces estos se alargan y complican y, en algunos casos, pueden desembocar en una sinusitis, una inflamación de la mucosa que recubre los senos paranasales.

«Estos senos están en el interior del cráneo, y son cavidades aéreas comunicadas con las fosas nasales. Los senos paranasales son: maxilares, etmoidales, frontales y esfenoidales. La causa más frecuente de las sinusitis son los catarros nasales, que suelen ser víricos. También las pueden producir procesos alérgicos severos por la coestión nasal que producen. Los gérmenes más frecuentes de las sinusitis son el ‘estreptococo neumoniae’ y el ‘haemófilus influenzae’», aclara en una entrevista con Infosalus el doctor Antonio Ferrán Bernal, otorrinolaringólogo de HLA La Vega (Murcia).

Así, precisa que los síntomas principales de la sinusitis, sobre todo en fase aguda, son:

- ·Dolor en región frontal, maxilar o periorbitaria.
- ·Sensación de presión facial.
- ·Congestión.
- ·Obstrucción nasal, con mucosidad espesa.
- ·A veces puede haber pus en fosas nasales, fiebre y disminución del olfato.

Según explica este experto, teniendo en cuenta que la mucosa que recubre los senos paranasales es la misma que la de la nariz, cuando se produce una rinitis como consecuencia de un catarro es fácil que la inflamación pase a los senos. «Si se cierra la comunicación entre senos y nariz, por la inflamación, se puede producir una infección por falta de ventilación, con acumulación de pus», advierte.

Por la sintomatología del paciente y la exploración rinoscópica y endoscópica, este experto indica que se puede llegar, en la mayor parte de los casos, al diagnóstico de una sinusitis; si bien admite que igualmente hay disponibles otros métodos, como la radiología simple de senos o el TAC, que ayudan, y «mucho», a los especialistas a conocer la intensidad y la extensión de la enfermedad.

¿Podemos prevenir las sinusitis de alguna manera?

Así, el doctor Ferrán Bernal defiende que la mejor manera de prevenir una sinusitis es tratar un catarro nasal con descongestivos y lavados nasales para evitar que se prolongue demasiado en el tiempo, y así mantener permeables las fosas. Dice que también hay quien utiliza vacunas anticatarrales.

A la hora de tratar esta patología, el otorrinolaringólogo de HLA La Vega mantiene que cuando hay una infección tenemos que utilizar antibióticos específicos y antiinflamatorios para erradicarla.

«En el caso de una sinusitis crónica y recidivante puede estar indicado el tratamiento quirúrgico que, gracias a la cirugía endoscópica nasosinusal actual, es más eficaz y menos traumática que antiguamente», aclara este especialista.

Con información de [Infosalus.](#)